

DÍAS Y HORARIOS

2017
2018



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

10:30
11:30

LA HORA DE
LOS ABUELOS

LA HORA DE
LOS ABUELOS

15:30
17:15

HATHA YOGA
(Jovenes y adultos)
15:30 - 16:45

YOGA KIDS
(4 a 12 años)
16:15 - 17:15

HATHA YOGA
(Jovenes y adultos)
15:30 - 16:45

18:30
19:30

DIBUJO y PINTURA
(5 a 8 años)

TEATRO, CINE Y TV
(7 a 12 años)

19:30
21:30

TEATRO, CINE Y TV
(Adultos)

DESCRIPCIÓN Y TARIFAS

2017
2018



TEATRO, CINE Y TV

- GRUPO 7 A 12: 1 SESIÓN SEMANAL (1 hora)
- GRUPO 13 A 17: 1 SESIÓN SEMANAL (2 horas)
- GRUPO ADULTOS: 1 SESIÓN SEMANA (2 horas)

25/
35€
mes

En el taller de Teatro, Cine y Tv aprenderemos a relacionarnos con los demás, a **comunicarnos a través de la expresión oral, corporal y gestual, perderemos la timidez y desarrollaremos la creatividad**, todo ello en un ambiente lúdico. Lo importante no es el resultado final sino el proceso, donde se encuentra el **crecimiento emocional y corporal, así como sus posibilidades expresivas, el conocimiento de la dramaturgia, de los roles, del espacio, del tiempo, del trabajo en equipo y de la potenciación de la imaginación.**

YOGA KIDS

- GRUPO 4 A 12 AÑOS: 1 SESIÓN SEMANAL

25€
mes

Es una **forma divertida de desarrollar importantes habilidades en un entorno positivo**, no competitivo. Aún a una temprana edad, los niños y niñas a menudo sienten la presión en el colegio, tanto a nivel social, como a nivel académico. Es muy fácil para los niños y niñas volverse extremadamente autocríticos y perder la confianza en ellos mismos cuando cambian y crecen. En una clase de yoga no se forman opiniones sobre cómo el niño hace una postura o realiza un juego, lo cual **alimenta la fuerza interior y autoaceptación del niño.**

HATHA YOGA

- JÓVENES Y ADULTOS: 1 O 2 SESIONES SEMANALES

25/
35€
mes

El Hatha Yoga **es el estilo de Yoga más practicado actualmente** en todo el mundo. El Hatha Yoga puede ser practicado por cualquier persona, independientemente de su edad, sexo o condición física; ya que el profesor de yoga se encargará de guiarte correctamente en la práctica. Una clase básica de Hatha Yoga integra **posturas físicas (asanas), ejercicios respiratorios (pranayamas)** y un trabajo o conciencia interior a la que se llega a través de la relajación y **la meditación, quietud mental.**

DIBUJO Y PINTURA

- GRUPO 5 A 8 AÑOS: 1 SESIÓN SEMANAL

20€
mes

A través de esta actividad artística nos valemos del dibujo y la pintura para representar lo que tenemos en la mente. Podría afirmarse que **el dibujo es el lenguaje universal**, porque sin mediar palabra podemos transmitir ideas que todo el mundo entiende. Los niños usualmente viven en un mundo de palabras que se convierten en la estructura principal del pensamiento, sin embargo, gracias a las diferentes técnicas que les enseñaremos descubrirán una **nueva vía para expresar sus emociones y sentimientos.**

LA HORA DE LOS ABUELOS

- PERSONAS MAYORES: 2 SESIONES SEMANALES

40€
mes

Un taller multidisciplinar a través del cual **se trabajarán todas las competencias personales** de forma globalizada y divertida, desarrollando la creatividad mediante la **experimentación**, las **dinámicas grupales**, las **actividades autónomas** y **juegos dirigidos**. Un "taller de talleres" en el que cada día desarrollarán su potencial, sus gustos y aficiones, **trabajando la memoria, la psicomotricidad y la creatividad**, respetando en todo momento las capacidades individuales de cada participante.